

صحبة طيبة

إعداد
أسيمة جابر الأيوبي

Osaima Jaber Alayoubi

صحبة طيبة

الرئيسية

39 وصفة

السّمك في غلاف الملح



المكونات

- 500 غم من الملح الناعم
- 2 بياض بيض، متوسّطة الحجم
- 1 سمكة كاملة (وزنها حوالي 1 كغم)، ومنظّفة، ومنزوع جوفها، وخراشفها (سمكة أبرميس Sea Bream أو ذئب البحرSea Bass)
- حفنة واحدة من الشّومر الطازج، أو الزعتر الطازج

طريقة التحضير

- يُحمى الفرن إلى 200 درجة مئوية (400 درجة فهرنهايت)
- يُوضع بياض البيضتين في صحن كبير، ويُخفق نصف خفق
- يُضاف الملح، ويستمر الخفق، حتّى يتماسك الخليط، ويَملُس
- يُرش قليل من الملح في وسط صينيّة خَبز
- تشكل ورقة الالمنيوم بشكل السّمكة، لكنها اكبر من حجمها، وتُوضع فوق الملح
- تحشى السّمكة بالشومر، أو الزعتر، وتُوضع على ورقة الالمنيوم في صينيّة الخَبز
- تغطى السّمكة بخليط الملح والبيض تغطية كاملة، وتغليفها تماماً، والتأكد من عدم وجود اية فجوة
- يُشكّل الغلاف، ليتبع شكل السّمكة
- تدخل الصينيّة إلى فرن سبق تحميته إلى 200 درجة مئوية (400 درجة فهرنهايت) لمدة 25 دقيقة، حتّى تنضج السّمكة (للتأكد من نضج السّمكة، يُدخل في وسطها سيخ معدني، ويُخرج منها، وعند لمسه بالأصبع، فإن كان ساخناً فذاك دليل على نضج السمكة، وإن كان دافئاً فقط، تحتاج السمكة إلى البقاء في الفرن مدة اطول)
- عند نضج السّمكة، تخرج من الفرن، ويُزال الغلاف الملحي، وجلد السمكة، ويُقدم لحمها للأكل، على الفور

مقلوبة بالباذنجان



المكونات

- 1 كغم من لحم فخذ الضأن، مقطّعة قِطعاً كبيرة، في بعضها عظم
- 4 بصلات مقطعة شرائح
- 1 كرَفسَة مقطعة شرائح
- 1 كراث مقطعة شرائح (الجزء الأبيض فقط)
- 1 ورقة غار
- 1 عود قرفة
- 6 حبة هيل
- 4 حبّات بهار حلو
- ملح وفلفل أسود
- 2 كوب من الجزر الصغير الحجم (أو 6 جَزَرات كبيرة الحجم، مقطعة شرحات)
- 550 ملل من الحمّص المطبوخ، المصفّى
- 6 باذنجان كبير الحجم
- 3 أكواب من الأرز البسمتي، يُنقع بالماء، ثمّ يُغسل، ويصفّى
- 1 ملعقة صغيرة من القرفة المطحونة
- 1 ملعقة صغيرة بهار حلو مطحون
- 1 ملعقة كبيرة من الزيت النباتي
- لوز، وصنوبر مقليان

طريقة التحضير

- يُوضع الزيت في قدر كبير، على النّار، وتُقلى فيه قطع اللّحم، حتى تَحمرّ
- تُضاف إليه ½ نصف كمية البصل، والكرفسة، والكراثة، وعود القرفة، وحبّات الهال، وحبّات البهار الحلو، وورقة الغار
- يُضاف الماء البارد في القدر، ليغمر اللّحم، ويُترك حتّى يغلي، مع إزالة الزَّبد (لرغوة) أثناء الغليان
- يُغطى القدر، ويُترك على النّار، مدة ساعة تقريباً، إلى أن ينضج اللّحم، يُضاف إلى المرق البهارالحلو المطحون، والقرفة المطحونة
- يُصفى المرق بمصفاة، وتؤخذ قطع اللّحم منه، وتُوضع جانباً في وعاء، يُحتفظ بالمرق، ويُتخلص من الباقي
- تُقلى الكمية المتبقية من البصل في مقلىً، حتّى تحمرَّ، وتُوضع على ورق مصاص لامتصاص الزّيت، وتُوضع جانباً
- يُحّمرُ الجزر في مقلىً اخر في قليل من الزُّبد، ويُرش عليه قليلً من القرفة المطحونة، ويُوضع جانباً
- يُقشر الباذنجان، ويُشرّح شرائح طولية (سُمك كل واحدة 1 سم)
- تُدهن شرائح الباذنجان بالزيت، باستعمال فرشاة، وتُشوى في فرن على درجة حرارة 205 مئوية (400 درجة فهرنهايت)، حتّى تحمرّ

التطبيق:

- تُرص شرائح الباذنجان في قعر قدر كبير، وعلى جانبه، ثمّ يُوضع اللّحم فوق الباذنجان
- يُوضع البصل المقلي فوق اللّحم، ثمّ الحمص، ثمّ الجزر، وأخيراً الأرزّ
- يُصبُّ المرقُ المصفّى في القدر، حتّى يَغمُر الأرز، ثمّ يُترك على النّار، حتّى يبدأ الغليان
- تُخفّض النار، ويُترك القدر على النّار الهادئة، وعليه غطائه، حتّى ينضج الأرز (يتم ذلك بعد 20 دقيقة)
- يُرفع القدر عن النّار، ويُترك لمدة 20 دقيقة قبل التقديم
- بعدها، يُقلب القدر في طبق التقديم، و يُرفع ببطء، حتّى تبقى المقلوبة متماسكة
- يُزَيّن سطح المقلوبة باللّوز والصنوبر المقلي

فتّـة الدجاج



المكونات

- 1 دجاجة وزنها حوالي1 كغم
- 1 كوب من عصير اللّيمون الطازج
- 1 رأس ثوم، تُقشر فصوصها، وتهرس
- ملح وفلفل أسود
- زيت نباتيّ

طبقة الأرزّ

- 2 كوب من الأرزّ، القصير الحَبّة
- ½ ملعقة صغيرة من الزعفران
- ملح
- 4 أكواب من الماء

غطاء اللّبن

- 3 أكواب من الّلبن، كامل الدّسم
- 2 فص من الثوم، مهروس
- ملح
- 2 كوب من قطع الخبز، المقليّ
- ½ كوب من اللوز المقشر، المقلي
- ½ كوب من الصنوبر، المقلي

طريقة التحضير

- يُحمى قليل من الزيت، في قدر كبير
- تُدعك الدّجاجة كلـّها، بالثوم المهروس
- تـُوضع في القدر، وتُقلى حتى تحمر كلّها
- يُصب الليمون فوقها، تُخفـّض الحرارة إلى درجة هادئة، وتـُترك حتى تُطهى في العصير، يغطى القدر لمدة 40 دقيقة تقريباً
- يُنزع اللّحم من الدّجاجة المطبوخة، ويُتخلّص من عظامها، ويُترك في حالة دافئة، حتى يتم استعماله
- يُوضع في صحن خَبز شـّفاف، فتات الخبز المحمّر أولاً، والأرز المطبوخ ثانياً، ولحمُ الدّجاجة ثالثاً، وغطاء اللّبن رابعاً
- يُزيّن الوجه، باللـّوز والصّنوبر المقليّان، ويُقدم للاكل على الفور

مُجدّره



المكونات

- 1 كوب عدس صحيح مغسول ومُصَّفى
- 2 كوب أرز منقوع ومُصَّفى
- 1 بصلة مفرومة ناعماً
- 1 ملعقة صغيرة من الكمون
- 1 ملعقة صغيرة من البهار الحلو
- الملح والفلفل
- ¼ كوب من زيت الزيتون
- 4 أكواب من مرق الدجاج

للزينة

- 1 بصلة مقطعة بشكل دوائر رقيقة
- زيت نباتي للقلي

طريقة التحضير

- يحمر البصل في زيت نباتي في مقلاة على النار حتى يصبح مقرمشاً
- يرفع البصل من المقلاة ويُصفَّى من الزيت بِوَرق مصاص ويترك جانباً (بصل التزيين)
- يوضع العدس في وعاءٍ مع مرق الدجاج
- يطبخ لمدة 20 دقيقة حتى ينضج
- تُقلّى شرائح البصل بزيت الزيتون في مقْلى
- يُصَّب العدس والمرق في المقْلى وبعد إضافة الأرز يُترك حتى يَغلي
- تُخفّض النار إلى حرارة هادئة حتى ينضج الأرز
- تُزين المُدَردرة الجاهزة بالبصل المُحمَّص عند تقديمها للأكل

داوود باشـــا



المكونات

- 250 غم من اللّحم المفروم
- 1 ملعقة صغيرة من البهار الحلو
- 1 ملعقة صغيرة من القرفة
- ملح وفلفل أسود
- ½ كوب من الصنوبر المقلي
- 1 بصلة ، متوسطة الحجم، مبشورة ناعماً
- ¼ كوب من ماء الصودا
- 3 ملاعق كبيرة من الزّبد المنقّى، ومثلها من الزّيت النباتي

الصلصة

- 250 غم من البندورة، مقشّرة، ومهروسة
- 1 بصلة ، متوسطة الحجم، مبشورة
- ½ كوب من الصنوبر، المحمّص
- 1 ملعقة صغيرة من القرفة، ومثلها من البهار الحلو
- 2 ملعقة كبيرة من زيت الزّيتون
- 2 ملعقة كبيرة من دبس الرمّان
- ملح وفلفل أسود

طريقة التحضير

- تُجرح كل حبّة بندورة في أسفلها، بالسّكّين
- تُوضع البندورة في قدر، فيه ماء ساخن، لدقيقتين حتى يَبْدأ انفصال الجلد عن اللُب
- تـوضع في ماء بارد، ويزال الجلد

اللحم

- في إناء ، يُخلط اللّحم، والصنوبر، والبهارات، وماء الصودا، والملح والفلفل خلطاً جيداً
- تُشَكّل كرات صغيرة من اللحم، وتترك جانباً
- يُوضع الزّبد، والزيت في مقلى كبير، وتُقلى كرات اللّحم، وتُقَلّبْ حتّى تحمّر

الصلصة

- تـهرس البندورة، المقشورة في خلاّط كهربائي، وتـترك جانباً
- وفي قدر كبير، يُسخّن الزيت، ويُقلى فيه البصل، حتـى يَطْرُو
- تـضاف البندورة المهروسة والتوابل، وتـترك على النّار، حتـى تغلي
- تـضاف كرات اللحم والصّنوبر، وتُخفّض النّار، وتـترك عليها لمدة 10 دقائق، حتـى تـدمجَ المكونات، ويَظْهَر طعم الصّلصة
- تُقدّم للأكل ساخنة، مع الأرزّ

الفلفل المحشي



المكونات

- 6 حبات فليفلة حُمراء، تُقْطَع رُؤوسها، وتـُزال أجوافها، وبذورها

الحشوة

- 2 كوب من أرزّ قصير الحبة، منقوع ومصفّى
- 225 غم من اللـّحم، المفروم
- 1 ملعقة صغيرة من البهار الحلو
- 1 ملعقة صغيرة من القرفة، المطحونة
- 6 فصوص من الثوم، مهروسة
- 2 ملعقة صغيرة من النّعناع، المجفَّف
- 2 ملعقة كبيرة من الزّبد، المنقّى
- ملح وفلفل أسود

الصلصة

- 250 غم من البندورة، المنزوع جلدها، والمفرومة
- 6 فصوص من الثّوم، مشرّحة تشريحاً رقيقا
- 4 ملاعق كبيرة من معجون البندورة
- ½ كوب من الماء
- 2 ملعقة صغيرة من النّعناع، المجفّف
- ½ كوب من النعناع الطّازج، المفروم
- ملح وفلفل أسود

طريقة التحضير

- تُغسل الفِليفلة، وتُعَدُّ للحشو، وتـُوضع جانباً

الحشوة

- يـُوضع الأرزّ في إناء، ويضاف إليه 2 ملعقة كبيرة من الزُّبد المُنَقّى
- تـُضاف إليه التوابل، النعناع المجفف، الثّوم المهروس والبندورة المفرومة
- يُضاف إليه اللحم، ويُخلط خلطاً جيّداً
- تُحشى كلّ فِلْفِلَة إلى ¾ جوفها، وتـُوضع شرحة من البندورة في أعلاها، وتغطّى بالقطعة التّى قطعت منها، عند تجويفها

الصلصة

- يُقلى الثّوم، وتضاف إليه البندورة المهروسة
- يُخلط معجون البندورة بالماء، ويُضاف إلى البندورة المهروسة والثوم

- يُضاف إلى الخليط النعناع المجفف والطازج، والمتبلاّت الأخرى، يُذاق الخليط ويُعدّل الطّعم إن أُريد ذلك
- تـُوضع الفِليفلة في صينيّة خَبْز عميقة، تُصب الصلصة فوقها، وتُغطَّى بورقة ألومنيوم
- تُدخل في فرن سبق إحماؤه إلى 180 درجة مئوية (375 فهرنهايت)، وتبقى فيه لساعة واحدة، حتـّى تنضج الفِليفلة والأرز
- تـُقدم للأكل ساخنة، إلى جانب الصلصة

طاجين القرنبيط



المكونات

- 1 رأس قرنبيط
- ¼ كوب زيت نباتي
- 2 بصلة حمراء متوسطة الحجم، ومشرحة الى شرائح رفيعة
- ¼ كوب زيت زيتون
- ½ كوب طحينة
- 1 كوب عصير ليمون
- 1 كوب ماء
- ملح
- ½ كوب صنوبر مقلي

طريقة التحضير

- يتم احماء الفرن الى درجة حرارة 225 درجة مئوية (500 درجة فهرنهايت)
- يغسل القرنبيط ويقطّع الى قطع صغيرة، ويوضع في صينية خبز كبيرة
- يصب الزيت النباتي فوق القرنبيط ويمزج باليد حتّى تُغلف كل القطع
- تدخل الصينية الى الفرن الحامي ويتم شي القرنبيط حتى يصبح ذهبي اللون .ثم نخرج الصينية من الفرن وتوضع قطع القرنبيط على ورق مصاص لإزالة الزيت الزائد منه
- في مقلاة كبيرة، يقلى البصل بزيت الزيتون والقليل من الزيت النباتي حتى يصبح لونه ذهبياً، ثم يوضع البصل على ورق مصاص لإزالة الزيت الزائد منه
- يتم تكوين الصلصة بخلط الطحينة مع عصير الليمون والماء وإضافةالملح مع التأكد بأن لا تتكثف الصلصة كثيراً
- يوضع القرنبيط المطبوخ والبصل المقلي في صينية خبز، وتصب صلصة الطحينة فوقها وتخلط جيداً
- تدخل صينية الخبز الى فرن سبق إحماؤه الى درجة حرارة 175 درجة مئوية (350 درجة فهرنهايت)
- يخبز القرنبيط والبصل لمدة حوالي 20 دقيقة حتى تتكثف الصلصة
- يقدم طاجين القرنبيط حاراً، أو على درجة حرارة الغرفة مع تزيينه بالصنوبر المقلي والبقدونس المفروم ناعماً

شاورما لحم الضأن



المكونات

- 1 فخذ ضأن طازج، مفرود، ومنزوعة منه عظامه، وشحمه الزائد

خليط التوابل

- 1 ملعقة كبيرة من كلٍّ من القرفة، والفلفل الأحمر المطحون، والهال، والكمّون، والشّطّة، والملح، والفلفل الأسود، والكزبرة المطحونة، والبهار الحلو، وجوزة الطيب، والقرنفل المطحون
- بُشارة بُرتقالتين متوسطة الحجم
- بُشارة ليمونتين متوسطة الحجم
- 1 عصير ليمونة
- 1 ملعقة صغيرة من المستكة المطحونة مع الملح
- 1 حزمة من الكزبرة الطازجة والمفرومة فرماً ناعماً

طريقة التحضير

- تُخلط المكونات كلها في طبق كبير، ثم توضع الفخذ في الطبق نفسه، وتُمعَكُ بخليط التّوابل في كلّ موضع منها
- تُغطّى بقطعة من البلاستيك وتوضع في البّراد مدة 24 ساعة
- تُشوى على منقل الفحم أو الغاز مدة 45 دقيقة إلى ساعة (أو بالفرن)
- تُرفع عن المشوى، وتغطّى بورق الألومنيوم بشكلٍ فضفاض
- تترك لمدة 15 دقيقة، قبل تشريحها وتقديمها للأكل

الدّجاج المشوي



المكونات

- 4 دجاجات صغيرة الحجم (وزن كل منهن حوالي 450 غم)
- 1 ملعقة صغيرة من حبّ الهال المطحون
- 4 فصوص ثوم، مهروسة
- ملح وفلفل أسود
- 2 ملعقة صغيرة من ورق الزعتر، مفروم فرماً ناعماً
- ½ كوب من اللّبن
- ½ كوب من الزّيت النّباتي
- 1 عصير ليمونة
- 1 ملعقة صغيرة من الفلفل الأحمر الحلوّ، المطحون، المدَخّن
- 1 ملعقة صغيرة من بودرة الفلفل الحار (اختياري)

طريقة التحضير

- تُنظّف الدّجاجات، ويُزال عظم ظهورها، لتُصبح مسطّحة الشّكل
- يُحضر خليط من الزيت، والتوابل، واللّبن، ويُدهن به الدّجاجات، ثمّ تُغطى وتُوضع في البرّاد مدّة 4 ساعات
- تُشوى الدّجاجات على نار الفحم أو الغاز، وعند اقتراب نضجها، تُدهن كلٌّ بعصير اللّيمون، باستعمال فرشاة

فاصوليا يابسه باللحم



المكونات
لنقع الفاصوليا

- 2 كوب من الفاصوليا, تنقع في الماء مع كربونات الصّودا
- 1 معلقة صغيرة من كربونات الصّودا
- 6 اكواب من الماء البارد
- تغسل الفاصوليا و تنقع في الماء , و تُصـفّي

طبخة الفاصوليا

- 900 غم من لحم الضأن (يفضل لحم الفخذ ،يقطع إلى قطع مع العظم
- ¼ كوب من الزبد المنقي
- 1 بصلة ، متوسّطة الحجم، مفرومة
- 12 فص من الثوم، المفروم
- 1 عود من القرفة
- ماء بارد
- رُبّ البنادورة
- 10 حبة بنادورة متوسّطة الحجم, منزوع جلودها، و مفرّمة
- ¼ كوب من الكزبرة الطازجة، المفرومة
- قرفة
- بهار حلو
- جوزة الطيب
- ملح و بهار

طريقة التحضير
لنقع الفاصوليا

- توضع الفاصوليا في قدر كبيير , و تغطي بلاماء تغطية تامة
- توضع علي نار و يتم غليها , و ازالة الزبد من علي السطح
- تخفض الحرارة الي درجة متوسطة , و تترك علي النار لمدة 40 – 50 دقيقة حتي تلين الفاصوليا و تترك جانبا

لطبخة الفاصوليا

- يُساح الزُّبد في قِدر كبير, يقلى فيه اللّحم, يُقلـّب حتـّي يحمّر
- يُضاف اليه البصل المفروم
- يُصب في القدر ماء بارد (حوالي 5 أكواب)
- تـُترك علي النار حتـّي يغلي الماء , و يـُغرف عن السطح، الزّبد، والرغوة
- تـُخفض درجة الحرارة، ويـُترك الخليط علي النـّار مدة 40 دقيقة حتـّي يَنضج اللـّحم

- تُضاف التَّوابل و المقبلات
- تُضاف البنادورة المفرومة، ورُبُّها، والفاصوليا
- يُقلي الثوم و الكزبرة 2 ملعقتين من الزُّبد المنـَقـّي، في مقلي صغير, ويُصب فوق الطـّبخة
- تُترك حتـّي تتسبّك لمدة 10 دقائق
- ترفع عن النار, وتقدم للأكل ساخنة، مع الأرزّ المفلفل

البرغل المفلفل بالمكسرات



المكونات

- 2 كوب من البرغل البنيّ، الخشن (يغسل بالماء، ويُنقعُ فيه، ويُصفّى منه)
- 1 بصلة ، متوسّطة الحجم، حمراء، ومفرومة فرماً ناعماً
- 3 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون
- 2 كوب من مرق الدّجاج
- ½ كوب من الصّنوبر، المقلي
- ½ كوب من الفستق الحلبي، المقلي
- ½ ملعقة صغيرة من البهار الحلو
- 1 بُشارة برتقالة ، متوسّطة الحجم

للتزيين

- 1 كوب من بزر الرّمّان الطازج
- ½ كوب من بزر الرّمّان، المجفّف، والمنقوع بالماء
- ½ كوب من اللّوز المقلي، أو المحّمص

طريقة التحضير

- يُقلى البصل، في قِدر، في زيت الزّيتون، حتّى يَطرُوَ
- يُضاف إليه البُرغل، ويُحرّك مع البصل، جيداً
- يُضاف مرق الدّجاج، ويُترك على النار، حتى يَغلي
- تُخفّض النار، ويُغطّى القدر، ويبقى على النّار، حتّى يمتصَّ البرغلُ الماءَ، ويَطرُوَ، ولكنه لم ينضج بَعدُ
- تُضاف بُشارة البرتقالة إلى البرغل
- ثمّ تُضاف بزور الرّمّان، المنقوعة، والمصفـّاة، ثم تُحرّك مع البرغل
- يُضاف الصّنوبر، والفستق الحلبي، واللّوز، ويُخلط الكلّ معاً، ويوضع في طبق التّقديم
- يُزَيّن ببزرالرّمّان الطازج، ويُقدّم للأكل، حالاً

فَريك بالبنادورة



المكونات

- 2 كوب من الفَريك
- 1 بصلة حمراء، متوسطة الحجم، ومفرومة فرماً ناعماً
- 8 حبة بنادورة طازجة ، متوسّطة الحجم، ومقشّرة، ومهروسة (أو 800 مل من البنادورة المعلّبة)
- 1 ملعقة صغيرة من البهار الحلو
- 1 ملعقة صغيرة من القرفة المطحونة
- 4 ملاعق كبيرة من زيت الزّيتون
- ملح وفلفل أسود

طريقة التحضير

- يُقلى البصل، في زيت الزّيتون، في قدر، على النّار
- يُضاف الفريك، ويُحرّك مع الزّيت والبصل
- تُضاف البنادورة، ويُترك الخليط حتّى يَغلي، مدّة 5 دقائق، ثُمّ تُخفّض الحرارة
- يُطهى الفريك حتّى يَنضج، ويُمتصَّ السّائل
- يُقدّم الفريك للأكل بوحده، أو مع لحم مشويّ أو دجاج، ويمكن تناوُلُه ساخناً أو في درجة حرارة الغرفة
- يُمكن إبدال الفريك، بالبرغل الخشن

شيش كباب وشيش الطاووق



المكونات

الكباب

- 1 كغم من لحم فخذ الضأن، الهبر، المقطّع
- ملح وفلفل أسود
- 1 ملعقة صغيرة من البهار الحلو
- 1عصير ليمونة
- 4 ملاعق كبيرة من زيت الزّيتون
- 12 بصلة، صغيرة الحجم، مقطّع كلّ منها إلى 4 قطع
- 1 ملعقة صغيرة من الكزبرة المطحونة

شيش طاووق

- 1 كغم من صدور الدّجاج، المخلّية من العظم
- 10 فصوص من الثوم، مهروسة
- ملح وفلفل أسود
- 1 ملعقة صغيرة من القرفة
- 1 ملعقة صغيرة من البهارالحلو
- 1 ملعقة صغيرة من الفلفل الحلو المطحون
- 1 ملعقة صغيرة من بزر الهال المطحون
- 1عصير ليمونة واحدة
- ¼ كوب من زيت الزّيتون
- ½ كوب من اللّبن العادي
- 1 ليمونة مبشورة
- ½ كوب من الكزبرة المفرومة

طريقة التحضير

طريقة تحضيرالكباب

- يُخلط اللّحم بمكونات التّتبيلة جميعها، وتُترك في الوعاء، مدة لا تقلّ عن 4 ساعات
- تُشك قطعً من اللّحم وأخرى من البصل في سيخ، وتُشوى على المشواة، حتّى تنضج
- تُقدم للأكل في الحال، مع سلطة البنادورة، و شرائح البصل مع السّمّاق

طريقة تحضير الطاووق

- تُخلط قطع الدّجاج بمكونات التّتبيلة جميعها، وتُترك في الوعاء، مدة لا تقلّ عن 4 ساعات
- تُشك قطعً من الدّجاج في سيخ، وتُشوى على المشواة، حتّى تنضج (لا يُشوى أكثر مما يجب)
- تُقدم للأكل في الحال، مع صالصة الثوم،أوالفتّوش،أومتبّل الباذنجان، أو أيّة سلطة

ملوخية مع الدجاج



المكونات

- 1 دجاجة (تزن 1.5 كغم تقريباً)
- 2 ملعقة كبيرة من زيت نباتي
- 2 عود من القرفة
- 2 بصلة، تُقطّع كل واحدة منهما إلى أربعة قطع
- 1 ورقة غار (ورقة لوري)
- ماء
- 1 ملعقة صغيرة من الفلفل الحار
- 20 فص ثوم، مُقطّع تقطيعاً ناعماً
- 6 أكواب من أوراق الملوخية، المغسولة، والمجففة
- 1 كوب من الكزبرة المقطعة
- 3 ملاعق كبيرة من الزُّبد المُنقي
- عصير ليمونة واحدة

طريقة التحضير

- يُحمى الزيت في قدر كبير، ثمّ تُقلى فيه الدجاجة من جميع الجهات
- يُصب الماء البارد فيه، حتّى تـُغطي الدجاجة، ويُترك على النار، حتّى يغلي، مع إزالة الرغوة عن السطح
- يُضاف إلى المرق عودين من القرفة، وورقة غار، وبصلتين
- تُترك المرقة على نار متوسطة، لمدة 40 دقيقة، حتّى تـُطهى الدجاجة
- تـُرفع الدجاجة من المرقة، وتـُترك جانباً، لتبرد
- وعندما تبرد الدجاجة، تـُخلى من العظام، وتُترك جانباً
- تُصفى المرقة، ثمّ تُصب في قدر أخر، وتُترك على النار مرة أخرى، حتّى تغلي
- تُضاف الملوخية إلى المرقة، وتُترك على النار، حتّى تغلي
- تُخفّض حرارة النار، وتُترك المرقة لتغلي برفق، ثمّ يُضاف الفلفل الحار
- وفي مقلى صغير، يُذاب الزبد، ثمّ يُقلي الثوم والكزبرة المقطّعة فيها، حتّى يذبُلان (مع التأكد من عدم إحتراق الثوم)
- يُضاف الثوم إلى الملوخية، وتُترك على نار هادئة، لتغلي برفق، مدة 10 دقائق، حتّى تُطهى الملوخية
- يُضاف عصير اللّيمون إلى الملوخية
- يُوضع لحم الدجاج المخلي إلى الملوخية، وتُترك على النار، لتغلي برفق، مدة 5 دقائق إضافية، ثم تُرفع عن النار
- يقدم الطبق مع الأرزّ، بجانب اللّيمون الطازج

الأرزّ المفلفل مع الشّعيريَّة



المكونات

- 4 ملاعق من الزُّبد المنَقِّي
- ½ كوب من الشعيرية
- 2 كوب من أرزّ البسمتي، المغسول، المصفّى
- 4 أكواب من الماء
- ملح (حسب المذاق)

طريقة التحضير

- تُحمّرُ الشعيريّة في الزُّبد، في طنجرة، حتّى يصبح لونها بنّياً فاتحاً
- يُضاف الأرز المصفّى، ويحرّكان معاً لدمجهما
- يُضاف الماء، والمِلح
- يُوضع غطاء الطنجرة عليها، وتُترك، حتّى يَغلي الماء
- تُخفّض درجة الحرارة، إلى حرارة هادئة، وتُترك الطنجرة على النار، مدة 15 دقيقة، حتّى يُمتص الماء، ويُطبخ الأرزّ
- تُرفع عن النار، ويبقى الغطاء عليها، إلى أن يأتي وقت تقديم الأكل

كَفتة بالطّحينة



المكونات

- 900 غم لحم ضأن مفروم
- 1 بصلة ، متوسّطة الحجم، مفرومة فرماً ناعما
- ½ كوب من البقدونس، مفروم فرماً ناعماً
- ملح وفلفل أسود
- 1 ملعقة صغيرة من القرفة
- 450 غم من البطاطا، مقطعة إلى شرائح دائرية
- 1 كوب (أو أكثر) من الطّحينة
- 3 حبة عصير ليمون(أو أكثر)
- ماء
- صنوبر للزّينة
- ½ كوب من الزيت النباتي لقلي البطاطا

طريقة التحضير

- يُوضع اللحم المفروم، والبصل، والبقدونس، والقرفة، والملح، والفلفل في صحن كبير، وتُخلط معاً باليدين، خلطاً جيداً، وتُترك جانباً
- تُوضع الطّحينة وعصير الليمون، في صحن، ويضاف إليها الماء، وتخلط معاً، لتشكيل صالصة الطحينة القشدية
- يُوضع الزيت النّباتي في مقلى كبير، ويُسخّن على النّار
- تُقلى شرائح البطاطا في الزّيت، ويُحمّر الجانبان، دون طهيها. تُخرج من الزّيت، وتُوضع على ورق مصّاص، لامتصاص الزّيت الزائد

التأليف

- تُوضع طبقة من شرائح البطاطا المقليّة في قعر صينيّة خَبز
- يُفرد فوقها الكَفتة، ويُضغط عليها باليد، لتسوية سماكتها
- تُخبز في فرن سبق تحميته، لمدة 15 دقيقة
- تُخرج من الفرن، ويُصب على الكفتة صالصة الطّحينة
- تدخل في الفرن، مرة أخرى، لإكمال طهيها، ولتتكّثف الصّالصة، لمدة 30 دقيقة تقريباً
- تُخرج من الفرن، وتُزين بالصّنوبر المحمّص، وتُقدم للأكل ساخنة، مع الأرزّ

السمّكة الحارّة



المكونات

- سمكة سلمون واحدة، مقطوعة إلى نصفين، مع بقاء الذّيل، وإزالة العظم
- خيط من القُطن، مما يستعمله الجزّار
- 1 كوب من مكسرات الجوز، المقطّعة
- 12 فص ثوم
- 1 حزمة من الكزبرة، الطازجة
- 1 حزمة من البقدونس الطازج، والمغسول، والمنزوع عروقه
- 2 ملعقة صغيرة من القرفة
- عصير ليمونة
- 6 حبات فليفلة حمراء، حارّة (منزوعة منها البزور، ومقطّعة تقطّيعاً ناعماً)
- 1 ملعقة صغيرة من الكمون
- 1 ملعقة صغيرة من الفلفل الأحمر الحلو

صالصة السمّكة الحارّة

- 6 فصوص ثوم، مهروسة
- 6 حبات فليفلة حمراء، حارّة، منزوعة منها البزور، ومفرومة فرماً ناعماً
- ½ كوب من الكزبرة الطازجة، المقطّعة
- عصير 2 ليمونتين
- 1 كوب من الطّحينة
- 1 كوب من الصّنوبر
- ¾ كوب من الماء (لتخفيف كثافة الصالصة)
- 2 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون
- ملح (حسب المذاق)

طريقة التحضير

الحشوة

- يُوضع الثوم في الخلاط مع الكزبرة، والبقدونس، والقرفة، وعصير الليمون، والفلفل الحار، والكمون، والفلفل الأحمر، والملح، والفلفل
- تُمزج المكونات معاً، في الخلاط (بحيث يبقى الخليط خشناً)، ثمّ يترك جانباً

السمّكة الحارّة

- يُسخن الفرن إلى 175 درجة مئوية (350 درجة فهرنهايت)
- تُوضع إحدى قطعتي فيليه السلمون على لوح التقطيع، بحيث يكون الجلد إلى أسفل
- يُرش عليها ملعقة صغيرة من القرفة
- تُفرد طبقة متساوية من حشوة الجوز، على الفيليه

- يُرش ما تبقى من القرفة على الجزء الداخلي من الفيليه الأخرى
- تُغطى الحشوة بقطعة الفيليه الثانية، بحيث يكون جلدها إلى أعلى
- تُربط بالخيط قطعتا فيليه السمّكة مع الحشوة برفق، حتى يصبحا قطعة واحدة متماسكة
- تُدهن قطعتا الفيليه بزيت الزيتون، والملح، والفلفل، مع شطب جلد السمّكة، بسكين حادة، في أماكن متعددة، للتزيين
- تُوضع السّمكة كُلها في صينية، ثُمّ تدخل إلى الفرن مدة 25 دقيقة تقريباً، لطهيها
- تُقدم ساخنة، أو في درجة حرارة الغرفة، مع صالصة السمك الحارة

صالصة السمّكة الحارّة

- يُمزج عصير الليمون في إناء، مع الطحينة، والماء، حتّى يتجانس الخليط، ثمّ يترك جانباً
- يُسخن زيت الزيتون في مقلى متوسط الحجم، على النار، ثمّ يُقلى فيه الثوم والكزبرة، ويُضاف الفلفل الأحمر، الحار، المُقطّع
- يُضاف خليط الطحينة إلى الثوم، والفلفل، في المقلى
- يُقلب الخليط جيداً، ثمّ يُضاف إليه القليل من الماءِ، للتخفيف كثافة الخليط، إذا كان غليظاً لدرجة كبيرة، حتّى يسهل صبّه
- يُضاف الملح (حسب المذاق)
- يُترك الخليط في المقلى على النار ليغلي
- تُقلل النار ويُترك على نار هادئة، مدة 5 دقائق، لتسبيك الصالصة
- تُرفع الصالصة عن النار، ويُضاف إليها الصنوبر
- تُقدم الصالصة ساخنة، بجانب السمّكة

مقانق



المكونات

- 450 غم من لحم الضّأن، المفروم (يفضل لحم الكتف، لا بأس بوجود بعض الدّهن)
- 1 ملعقة صغيرة من الزنجبيل، المطحون
- 1 ملعقة صغيرة من القرفة، المطحونة
- 1 ملعقة صغيرة من جوزة الطّيب، المطحونة
- 1ملعقة صغيرة من البهار الحلو، المطحون
- 1 ملعقة صغيرة من القرنفل، المطحون
- 2 ملعقة كبيرة من دبس الرّمّان
- 1 فص ثوم ، مهروس
- ½ ملعقة صغيرة من المحلب
- زيت زيتون، لقلي المقانق
- ملح وفلفل

طريقة التحضير

- يُوضع في صحن كبير، اللّحم المفروم، والثّوم، ودبس الرّمّان، والتوابل
- يُغطى الصحن، ويُوضع في البرّاد، لمدة 8 ساعات، ليأخذ اللّحم نكهات التّوابل، ورائحتها
- تُخرج من البرّاد، وتُشكّل مقانق، صغيرة الحجم، وتُوضع جانباً
- يُسخن الزيت في مقلى، وتُقلى فيه المقانق، حتّى تنضج، وتُحمرّ كلّياً (يتم ذلك خلال دقيقتين)
- تُقدم للأكل مع قطع الليمون، وتُقطّر بدبس الرّمّان

البطاطا الحارة



المكونات

- 1.8 كغم بطاطا، للشوي
- ¼ كوب من زيت الزيتون
- ¼ كوب من زيت الذرة
- 15 فص ثوم مهروس
- 1 كوب من الكزبرة، الطازجة، المقطّعة
- 1 ملعقة صغيرة من الفلفل الحلو المطحون
- ملح وفلفل
- 1 ملعقة صغيرة من الفلفل الحار (إختياري)

طريقة التحضير

- يُسخن الفرن إلى 230 درجة مئوية (450 درجة فهرنهايت)
- تُغسل البطاطا، وتُدعك، وتُقطّع قطعاً سميكة، دون تقشيرها
- تُوضع البطاطا في صينية كبيرة، للشوي
- يُوضع في الصينية الثوم المهروس، والكزبرة المقطّعة، والبهارات، والزيت
- يُمزج الخليط مع البطاطا مزجاً جيداً، باليدين
- تدخل البطاطا الفرن، مدة 20 دقيقة تقريباً، أو حتّى تُقرمش وتصبح ذهبية اللون
- تُقلب البطاطا، لتشوى من جميع الجهات
- تُخرج البطاطا من الفرن، وتقدم ساخنة، أو في درجة حرارة الغرفة

كبة بالبطاطا محشوّة باللّحم أو السّبانخ



المكونات

- 8 حبّات من البطاطا النّشوية، كبيرة الحجم (الصنف الصّالح للشّي)
- 1 ملعقة كبيرة من الملح
- 2 كوب من البرغل الأبيض، الناعم (ينقع في الماء)
- 2 ملعقة كبيرة من الدّقيق
- 1 ملعقة صغيرة من الكزبرة، المطحونة
- 1 ملعقة صغيرة من جوزة الطيب
- 1 ملعقة صغيرة من القرفة
- 1 ملعقة صغيرة من الكمّون
- 1 ملعقة صغيرة من البهار الحلو
- ملح وفلفل

حشوة السبانخ

- 1 بصلة ، متوسّطة الحجم، مفرومة
- 4 ملاعق كبيرة من زيت الزّيتون
- 4 أكواب من السّبانخ، المفروم فرماً ناعماً
- 1 ملعقة صغيرة من البهار الحلو
- ملح وفلفل أسود
- ½ كوب من الصّنوبر
- ½ كوب من كلٍّ من جبن البرمزان، والموزاريلاّ، المبشور

حشوة اللحم

- 1 بصلة ، متوسّطة الحجم، مفرومة
- 4 ملاعق كبيرة من زيت الزّيتون
- 450 جم من لحم الضأن، المفروم
- 1 ملعقة صغيرة من البهار الحلو
- 1 ملعقة صغيرة من القرفة
- 1 ملعقة صغيرة من جوزة الطيب
- 1 ملعقة صغيرة من الكزبرة
- 1 ملعقة صغيرة من السّمّاق
- ملح وفلفل أسود
- ½ كوب من الصنوبر المقلي
- ½ كوب من بزر رمّان مجفّف، يُنقع في الماء، ويُصفّى

طريقة التحضير

- تـُغلى البطاطا ،غيرالمقشرة، في ماء مُملـَّح، حتـّى تـُطهى وتـلين، وتـُخرج من الماء
- يُزال قشرها، عندما تبرد
- يُعصر البرغل، ويُصفـّى، للتـّخلـّص من الماء
- يُوضع البرغل، والبطاطا في صحن كبير، ويُخلطا معاً
- تـُضاف التوابل، والملح، والفلفل، والدّقيق، وتـُمزج مع عجينة الكُبّة
- يُغطى الصحن، ويُوضع في البراد، لمدة 30 دقيقة
- تـُحشى الكبة بحشوة السّبانخ، أو اللّحم
- تـُقلى أو تـُشوى، حسب الرّغبة، وتـُقدم للأكل ساخنة، على الفور

حشوة السبانخ

- يُقلى البصل في مقلى، في الزّيت، حتـّى يلين، ويُضاف إليه السّبانخ والتوابل، ويُطبخ لمدة 5 دقائق، ثمّ يُضاف الملح والفلفل
- يُرفع الخليط عن النار، ويـُترك حتـّى يبرد، ثمَّ يُصفـّى بالمصفاة للتـّخلـّص من الماء الزائد
- يُضاف إليه الجبن، قبل إعداده للحشو

حشوة اللحم

- يُقلى البصل في مقلى، حتـّى ينعم، ثمَّ يـُضاف اللـّحم، ويُطهى حتى يحمّر
- يُضاف إليه التـّوابل، والصّنوبر، وبزر الرّمان، ويُترك حتـّى يبرد

صيّاديّة



المكونات

- 1 كغم من فيليه السمك البلطي
- 1 كغم من فيليه السلمون
- 4 أكواب من الأرزّ البسمتي، المغسول، والمُصفّى
- 8 حبة بصل متوسّطة الحجم،مقطعة الى شرائح رفيعة
- مرق سمك
- 1 ملعقة صغيرة من الكمون
- 1 ملعقة صغيرة من الكزبرة، المطحونة
- 1 ملعقة صغيرة من الكركم
- 1 ملعقة صغيرة من الزعفران
- دقيق (ليُقلّب فيه السمك)
- زيت نباتي (للقلي)
- 1 كوب من الصنوبر المقلي (يُحتفظ بنصف الكمية للتّزيين)
- ملح وفلفل

طريقة التحضير

- يُحضّر مرق السمّك، ويُترك جانباً
- يُقلى البصل، حتّى يُقرمش، ويُصبح ذهبيّ اللون (دون أن يحترق)
- يُرفع البصل المقلي عن النار، ويُفرد على ورقٍ مصّاص لإمتصاص الزيت الزائد منه، ويُترك بعضٌ منه جانباً (للزينة)
- يُتبّل سمك الفيليه بالملح، الفلفل والكمون، ثمّ يُقلّب في الدقيق
- يُقلّى، ويُترك جانباً، مع الحفاظ عليه دافئاً
- يُوضع البصل المقلي في مرق السّمك الساخن، ليكسبه لوناً بنيّاً
- يُرفع البصل من المرق، باستعمال مغرفة مصفاة، ويُهرس في الخلاط، ثمّ يُوضع مرة أخرى في المرق
- يُتبّل المرق بالملح والفلفل والبهارات (حسب المذاق)
- يُوضع الأرز، وبعضٌ من قطع السمك، والصنوبرفي قدرٍ كبير
- يُضاف المرق، حتّى تُغمر مُحتويات القدر كلُّها، ويُترك على النار حتّى يغلي
- تُقلل حرارة النار، ويُغطى القدر
- يُترك على نارٍ هادئة، لِيغلي برفق، حتّى ينضج الأرز
- يُقدم الأرز في طبق، وتوزّع قِطَع السمّك عليه
- يُزين الطبق بالبصل والصنّوبر المقلي

كوسا وبنادورة بالزّيت



المكونات

- 450غم من الكوسا، مقطّعة إلى شرائح رفيعة، مستديرة
- 450غم من البنادورة، المنزوع جلدها، والمفرومة فرماً ناعماً
- نعناع مجفّف
- نعناع طازج، ومفروم (للزينة)
- 2 حبة بصل، متوسّطة الحجم، مفرومة فرماً ناعماً
- 6 فصوص من الثّوم، مفرومة فرماً ناعماً
- ملح وفلفل
- زيت زيتون

طريقة التحضير

- يُحمى الزّيت في مقلى كبير، ويُقلى فيه البصل والثّوم، حتّى يحمّر
- تُضاف الكوسا، وتُقلى
- تُغطى المقلى، وتُترك الكوسا، لتُطبخَ في عصيرها، على نار هادئة، لمدة 5 دقائق، على نار هادئة، لمدة 5 دقائق
- تُضاف البنادورة، والنّعناع المجفّف، ويُحرّك الخليط
- يُغطى المقلى، ويبقى على النّارالهادئة، لمدة 10 دقائق، أو أكثر، حتّى تنضج الكوسا، ثمّ يُضاف الملح والفلفل، حسب المذاق
- يُرفع المقلى عن النار، ويُضاف إلى الطّبخ، النّعناع الطّازج
- يُترك الطّبخ حتّى يبرد، ويُقدّم للأكل، كطبق إضافيّ مع اللحم أو بمفرده كمُقبِّل

فخذ الضأن المشوي



المكونات

- 1 فخذة ضأن وزنها حوالي 3 كغم

التّتبيلة

- 10 فصوص من الثّوم، مهروسة
- ½ كوب من اللّبن
- 1 ملعقة صغيرة من حب الهال المطحون
- 1 ملعقة صغيرة من البهار الحلو
- ½ كوب من ورق الزعتر الطازج، المفروم
- زيت زيتون
- ملح وفلفل أسود

طريقة التحضير

- تُخلط مكوّنات التّتبيلة لعمل خليط، لتغطية الفخذ
- يُلف الفخذ بورق النايلون، ويُوضع في البرّاد، مدة 8 ساعات، ليَمتصَّ اللحم التتبيلة
- يُحمى الفرن إلى 200 درجة مئوية (400 درجة فهرنهايت)
- يُحمر الفخذ بوضعه في الفرن الحامي، وبتقليبه، ثمّ تُخفّض الحرارة إلى 185 درجة مئوية (275 فهرنهايت)، ويُترك في الفرن مدّة ساعة ونصف الساعة تقريباً، حتّى ينضج اللّحم
- يُخرج من الفرن ويُغطى بورقة ألمنيوم، تغطية فضفاضة، ويُترك لفترة قبل تشريح اللّحم
- يُقدّمُ مع اللّبن بالنّعناع أو أية سلطة

أوزي السّبانخ والبطاطا



المكونات

- 6 رقائق من عجين البقلاوة
- 6 أكواب من السبانخ النّضر، المفروم فرماً ناعماً
- 2 حبة من البطاطا، مقطعة قطعاً صغيرة (أو 1 كوب من الحمّص المسلوق)
- 3 حبة فلبفلة حارة ، منزوع بذرها، ومقطعة تقطيعاً ناعماً
- 1 بصلة ، حمراء، مفرومة فرماً ناعماً
- 4 فصوص من الثوم، مفرومة فرماً ناعماً
- 1 ملعقة صغيرة من البهار الحلو
- ½ كوب من جبن البرمزان، المبشور (أو جبن الفيتا)
- ملح وفلفل أسود
- ½ كوب من مرق الدجاج
- خليط من الزُّبد المذاب، والزيت، ليُدهن به العجين

طريقة التحضير

- يقلّى البصل والثوم، في زيت الزّيتون، حتّى يَطرى
- يُضاف السّبانخ إلى الثوم والبصل، ويُترك على النار، حتّى يذبُل
- تـُضاف البطاطا المقطـّعة، أو الحمّص
- تـُضاف البهارات، المطيّبات، والمرق ويُطبخ لمدة 5 دقائق، وعلى القدر غطاؤه
- يُرفع الغطاء عن القدر، ليُسمح للبخار بالخروج
- يُصب في مصفاة للتخلـّص من السّائل، وإبقاء الحشوة
- تـُخلط الحشوة بجبن البرمزان المبشور
- تـُترك الحشوة لتبرد، قبل أن تـُحشى بها رقائقُ العجين
- تـُطوى كلّ رقيقة من العجين، على نفسها، لتشكيل رقيقة أصغر، ذات راقتين
- يُوضع على الرّقيقة، ملعقتان كبيرتان من الحشوة، وتـُطوى الرّقيقة على الحشوة، لتشكيل قبّة، مع دهن العجين بخليط من الزّبد والزيت، باستعمال فرشاة، عند كلِّ طيّة
- تـُوضع القبب (الأوزيّات)، على صينيّة خَبز، وتـُدخل في فرن سبق إحماؤه إلى 187 درجة مئوية (375 درجة فهرنهايت(، وتـُخبز لمدة 10 دقائق، حتّى تحمرّ، وتـتـقرّمش

بابيّلا (Paella) بثمارالبحـــر



المكونات

- 225غم من الحَبّار المغسول، والمشرّح
- 225غم من القريدس (الجمبري) المنظّف، والمتروك ذيله معه
- 8 حبة سجق من لحم البقر، متوسّطة الحجم، مقطعة شرائح
- ¼ كوب من زيت الزّيتون
- 1 كغم من بلح البحر الطّازج
- 225 غم شريحة واحدة من سمك (الراهب، الهامور أو الأ برمَيس)، تُقطّع قطعاً كبيرة
- 4 أكواب من أرزّ الاربوريو(Arborio)
- 4 حبة بصل أحمر، متوسّطة الحجم، ومقطّعة
- 4 حبة بصل أخضر، مقطعة شرائح
- رشة من الزعفران
- 10 فصوص من الثوم، تفرم فرماً ناعماً
- 2 حبة فليفلة حمراء،مقطعة شرائح
- 4 حبة فليفلة صغيرة الحجم، حمراء، حارّة، ومفرومة
- مرق السمّك والقريدس

طريقة التحضير

- يُسخّن الزّيت في مقلى بابَيّلا، ويُقلى فيه السّمك مدّة 3 إلى 4 دقائق، حتّى يحمّر قليلاً، ولكن لا ينضج، يُرفع السمّك من المقلى ويترك جانباً
- يُقلى الحبّار في المقلى نفسه، يُضاف إليه الملح، والفلفل الأسود، يرفع من المقلى ويترك جانباً
- يُقلى السجّق في المقلى نفسه، ويُرفع من المقلى، ويترك جانباً
- ثمّ يُقلى البصل والثوم ويضاف إليه الفلفل الأحمر والحارّ
- يُضاف إلى المزيج الأرز، الذي يحرّك حتّى يمتزج بالزّيت
- يُضاف الزّعفران، ثمّ المرق السّاخن، ويترك دون تحريكه، ويُغطّى برُقاقة من الألومنيوم، تغطيةً غير مُحكمة
- يَبقى الأرزّ على النار، وقبل أن ينضج بخمس دقائق، يضاف إليه بلح البحر والقريدس النّيّئان اللّذان سيطبخان بالبخار
- يُعاد السَّمك، والسّجق، والحبّار إلى المقلى، ويُوضع فوق الأرزّ، تَبقى الرُّقاقَة على المقلى حتى تُطبخَ المكونات كلّها (يتم ذلك بعد 5 دقائق تقريباً)
- تقدم للأكل، كما هي، في المقلى نفسه إلى جانب السّلطة العربيّة، وصالصة البنادورة الحارّة

كَفتـَةٌ بالصّينية



المكونات

الكَفتـَة

- 1 كغم من لحم الضأن، الهبر والمفروم (يؤخذ من فخذ الضأن)
- ½ كوب من البقدونس المفروم فرماً ناعماً
- 1 ملعقة صغيرة من القرفة
- 1 ملعقة صغيرة من البهار الحلو
- ملح و فلفل أسود
- 1 بصلة ، متوسّطة الحجم، مفرومة فرماً ناعماً

توابع الكَفتـَة

- 450 غم من البطاطا الصّالحة للشّي، مقطعة شرائح مستديرة
- 450 غم من البنادورة، مقطعة شرائح مستديرة
- 6 ملاعق كبيرة من رُبّ البنادورة
- زيت نباتي
- 2 كوب من الماء البارد
- ملح، فلفل، قرفة، وبهار حلو

طريقة التحضير

- تُخلط مكونات الكَفته جميعها، وتوضع جانباً
- تُقلى شرائح البطاطا في مقلىً فيه زيت، حتى تحمّر من الجانبين دون أن تنضج
- تُخرج من الزيت وتُوضع على ورق التنشيف، ليمتص الزيت الزائد، ثمّ تترك جانباً
- يُخلط في وعاء، رُبُّ البنادورة، والماء، والملح، والفلفل، والقرفة، والبهار الحلو، ليشكل العصير الذي سيُصَبُّ فوق الكفتة
- تُوضع الكفتة في صينية خَبز عميقة، وتفرد في القاع لتغطيته تغطية متساوية
- تُضاف شرائح البطاطا والبنادورة، طبقة فوق أخرى، بالتّناوب
- يُصب عصير البنادورة فوق الكلّ
- تدخل الصّينية في فرن سبق تحميته إلى 185 درجة مئوية (375 درجة فارنهايت)، وتبقى فيه حتّى تُطبخ تماماً خلال 45 دقيقة
- تُقدّم للأكل ساخنةً بمفردها، أو مع الأرزّ

كوسا وباذنجان محشي



المكونات

- 10 حبة كوسا صغيرة الحجم، منقورة (يُحتفظ باللب)
- 10 حبة باذنجان صغيرة الحجم

الحشوة

- 200 غم لحم ضأن، مفرومٍ
- 1½ كوب من الأرز المغسول والمنقوع في الماء، والمصفّى الماءً منه
- 1 ملعقة صغيرة من النّعناع المجفف
- 1 ملعقة صغيرة من القرفة المطحونة
- 2 ملعقة صغيرة من الزُّبد المنقّى
- 1 ملعقة صغيرة من البهار الحلو
- ملح وفلفل أسود
- 12 حبة بنادورة طازجة، متوسطة الحجم، تُقشر، وتُهرس (أو علبتان من البنادورة المحفوظة، حجم كل منها 800 مل)

طريقة التحضير

- تُخلط مكونات الحشوة، وتُحشى بها أجواف الكوسا والباذنجان

الصّلصة

- يُسخن الزّبد في قِدر، على النار
- تشوحُ فيه بصلة مفرومة، و4 فصوص من الثّوم المقطّع
- يُضاف إليها مهروسُ البنادورة الطّازجة المقشورة
- يُضاف إليها بعضٌ من لبّ الكوسا
- تُضاف ملعقتان كبيرتان من معجون البندورة، وكوب من الماء
- تُضاف ملعقتان كبيرتان من النّعناع المجفف
- يُوضع الكوسا والباذنجان في طنجرة، ثمّ تُصب عليها الصّلصة، وتُوضع على النار، حتّى الغليان
- يُوضع على الطنجرة غطاؤها، وتُترَكُ على نارٍ هادئة مدة 30 إلى 40 دقيقة حتى ينضج ما فيها
- يُقدَّم الطبق للأكل مع سلطة اللّبن بالّنعناع

ملفوف محشي



المكونات

- 1 رأس ملفوف (يُفضل الـ SAVOY)
- 1½ كوب أرز قصير الحبة، مغسول، ومنقوع، ومُصفَّى
- 500 غم لحم ضأن مفروم (من الفخذ)
- 6 فصوص ثوم مدقوق
- 6 فصوص ثوم مفروم
- 2 ملعقة كبيرة زبدة مغلية
- 1 ملعقة صغيرة قرفة
- 1 ملعقة صغيرة بهار حلو
- 3 ملاعق كبيرة نعناع يابس
- عصير 2 حبة ليمون
- 3 أكوب مرقة دجاج
- 3 ملاعق كبيرة زبدة للقلي
- ملح وفلفل
- نعناع يابس للرش بين طبقات الملفوف المحشي

طريقة التحضير

ورق الملفوف

- يُفرَّق ورق الملفوف، ويُوضع في طنجرة تحتوي ماء مغلي، ويُترَك لحوالي دقيقة واحدة، حتّى يصبح طرياً
- يُصفَّى ورق الملفوف من الماء، ويُوضع جانباً

الحشوة

- يُوضع الأرز، والبهارات، والثوم المدقوق، والملح، والفلفل، والزبدة المغلية في وعاء، وتُخلط المكونات جيداً
- تُضاف 3 ملاعق من النعناع اليابس إلى الخليط
- تُضاف اللحمة المفرومة، وتُمزج جيداً مع الخليط
- يتم الحشو كل ورقة من أوراق الملفوف، بكمية من الحشوة، تعادل 2 ملعقة كبيرة، أو حسب حجم ورقة الملفوف
- بعد حشو كل أوراق الملفوف يتم وضعها جانباً
- في طنجرة الطبخ، تُوضع 3 ملاعق كبيرة من الزبدة على حرارة نار متوسطة، ثم تُضاف 4 فصوص من الثوم المفروم، ويتم قليها قليلاً، ثم تُطفأ النار (يجب الانتباه على أن لا يحترق الثوم)
- تُوضع أوراق الملفوف المحشية في الطنجرة بشكل مرصوص، ويتم رش النعناع اليابس، والثوم المفروم، فوق الطبقات
- تُصب مرقة الدجاج فوق أوراق الملفوف، حتّى تغمرها، ويُرش الملح حسب المذاق، ثم يُوضع صحن، أو غطاء أصغر من دائرة الطنجرة، حتّى تُثبّت وضعية أوراق الملفوف

- تـُوضع الطنجرة على حرارة النار، حتـّى تغلي، ثم تـُغطى الطنجرة، وتـُترك لتنضج على حرارة نار هادئة، لمدة حوالي ساعة أو أكثر
- أخيراً يُضاف عصير الليمون فوق الملفوف الناضج، ويُقدَّم ساخناً

صفيحة اللّحم



المكونات

- 6 أكواب من الدّقيق
- 2 ملعقة كبيرة من الخميرة الفورية
- 1 ملعقة صغيرة من الملح
- 1 ملعقة كبيرة من السكر
- ½ كوب من اللّبن (الزّبادي)
- 2½ كوب من الماء الدافىء
- 4 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون

حشو اللحم

- 400 غم من لحم الضأن المفروم (من الفخذ)
- 2 حبة بصل صغيرة الحجم، ومفرومة فرماً ناعماً
- 2 حبّة من البنادورة (منزوع منها البذر ومقطعة إلى قطع صغيرة)
- ½ كوب من البقدونس المقطع
- ½ كوب من النعناع المقطع
- 3 فصوص من الثوم المهروس
- 1 ملعقة صغيرة من البهار الحلو
- 1 ملعقة صغيرة من القرفة
- 3 حبة من الفلفل الحار (منزوع منه البذور ومقطع إلى قطع صغيرة)
- ملح وفلفل
- دبس الرّمّان
- تُخلط جميع المكونات معاً في إناء

طريقة التحضير

- تُخلط جميع المقادير الجافة معاً في إناء
- ثم يضاف إلى الإناء اللّبن، والماء، وزيت الزيتون
- يُجَّبل الخليط باليد، حتى يصبح عجيناً ناعماً (بعد 5 دقائق تقريباً)
- يُغطّى العجين بقطعة قماش رَطبة، ويترك جانباً لمدة ساعة ونصف السّاعة ليتخمر، ويزداد حجمه إلى الضّعف

طريقة التحضير

- تُفرد كرات العجينة على شكل أقراص دائرية، ثم يفرد فوقها الخليط
- يوضع العجين في فرن ساخن 205 درجة مئوية (400 درجة فهرنهايت)، لمدة 5 دقائق، حتى ينضج اللّحم
- ترفع أقراص الصفيحة من الفرن، وتقدم مع سلطة اللَّبن بالنعناع

اختيارات أخرى للحشو

- الزعتر الطازج مع البنادورة وعصير الليمون وزيت الزيتون والملح والفلفل وبصل مفروم
- خليط من جبنة العكاوي وجبنة الموتزريلا المبشورة
- الزعتر وزيت الزيتون
- الزعتر وزيت الزيتون، ويوضع فوقها خليط من جبنة حلّوم وعكّاوي

كبة بالصينية



المكونات

- 1 كوب من البرغل الناعم
- ماء ساخن لغمر البرغل
- ¼ ملعقة صغيرة من القرفة
- ¼ ملعقة صغيرة من البهار الحلو
- ¼ ملعقة صغيرة من البردقوش
- ¼ ملعقة صغيرة من الكمون
- ملح وفلفل أسود
- 1 بصلة متوسطة الحجم ومقطّعة
- 200 غم من فخذ الضأن

الحشو

- 4 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون
- 3 حبة بصل متوسطة الحجم، مفرومة
- ملح وفلفل أسود
- 1 ملعقة صغيرة من البهار الحلو
- 1 ملعقة صغيرة من القرفة المطحونة
- 200 غم لحم ضأن مفروم
- 1 كوب من الصنوبر المقلي
- 2 ملعقة صغيرة من السّمّاق
- 2 ملعقة صغيرة من دبس الرمّان

طريقة التحضير

عجينة الكبَّة

- يُدق البصل مع التّوابل، أو يُهرس في الخلاّط الكهربائي
- تُضاف التوابل إلى اللحم المفروم، ثمّ يُضاف البرغل، ويخلطان معاً خلطاً جيداً
- تُوضع العجينة جانباً

الحشو

- يسخن الزيت في مقلى، ويُقلى فيه البصل المفروم، حتّى يذبل
- يُضاف إليه اللحم المفروم، ويقلّب حتّى يحمّر لونه
- تُضاف التوابل والصنوبر، والسماق، ودبس الرّمّان
- تُوضع الحشوة جانباً، حتّى تبرد

تطبيق الكبّة بالصينية

- يُدهن قعر الصينية بزيت الزيتون، باستعمال الفرشاة
- تُمد نصف عجينة الكبّة في الصينية
- تُفرد فوقها الحشوةُ
- تُوضع فوقها نصف العجينة الباقية
- يُزّين سطح العجينة، بعمل حزوز سطحيَّة، بالسكين
- يُرش على السطح قليل من زيت الزيتون
- تُخبز في فرن حرارته 190 درجة مئوية (375 فهرنهايت)، مدة 30 دقيقة (يُراعى ألا تُخبز زيادة عما يجب)
- تُقدم للأكل، مع السّلطة واللّبن

كِبة



المكونات
عجينة الكبة

- 400 غم من البرغل الناعم، مغسول، ومنقوع
- 400 غم من لحم الضأن الهَبرة الطازج (من الفخذ)
- 1 بصلة متوسطة الحجم، مقطعة أربعة قطع
- 1 ملعقة صغيرة من القرفة
- 1 ملعقة صغيرة من الكمون
- 1 ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود
- 1 ملعقة صغيرة من البهار الحلو
- 1 ملعقة صغيرة من البردقوش
- 1 ملعقة صغيرة من بَتل الزهور
- 1 ملعقة صغيرة من الملح

الحشوة

- 3 حبة بصل متوسطة الحجم، مفرومة
- 4 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون
- 200 غم من لحم الضأن الَهَبرة المفروم
- 1 ملعقة صغيرة من القرفة
- 1 ملعقة صغيرة من البهار الحلو
- 1 ملعقة صغيرة من السماق
- ملح وفلفل
- ½ كوب من الصنوبر المقلي، أو الجوز النيّ

طريقة التحضير
الحشوة

- يُسخن الزيت في مقلى كبير على النار، ثمّ يُقلى فيه البصل، حتّى يذبل
- يُضاف لحم الضأن، ويُترك على النار، حتّى يصبح بني اللون
- تُضاف البهارات، والملح، والفلفل، ثم يُقلب الخليط
- يُترك الخليط جانباً حتّى يبرد، ثمّ يُضاف إليه الصّنوبر المقلي

عجينة الكبة

- يُمزج البصل في خلاط الطعام مع البهارات، والملح، والفلفل
- يُضاف البرغل إلى الخليط، مع استمرار المزج
- يُضاف اللحم إلى الخليط ويمزج مزجاً جيداً

- يُحفظ الخليط في الثلاجة (البرّاد)، حتّى يحين وقت إعداده
- تُؤخذ قطعة من العجين، في حجم البيضة، ثم تُجوّف في المنتصف، بإستخدام أصابع اليد
- يُملأ التجويف بالحشوة، ثمّ يُقفل بغمس اليد في ماء بارد وممّلح وتسوية حبة الكبّة
- تُوضع حبّات الكِبة في الصينية، ثم تُحفظ في البرّاد (الثّلاّجة)، إلى حين قليها (أو تُحفظ في المثلَج، إذا أُريد حفظها لمدة طويلة

ريـش الضأن بالفستـق الحلبي



المكونات

- 2 قطعة من ريش الضأن (المنظفة)
- برشة 1 ليمونة
- 1 حزمة من البقدونس الطازج
- 1 كوب بقسماط (خبز أبيض توست مطحون)
- 6 فصوص من الثوم المهروس
- ¼ كوب من الزبدة الحلوة
- ½ كوب من مكسرات الفستق الحلبي المقشور
- 1 ملعقة كبيرة من البهار الحلو
- ملح وفلفل

طريقة التحضير

- يسخن الفرن إلى 205 درجة مئوية (400 درجة فارنهايت)
- تدهن الريش بزيت الزيتون وتُتبَّل بالملح والفلفل
- توضع الريش في صينية وتدخل الفرن مدة 15 دقيقة مع مراعاة أن يكون اللحم في الأعلى
- يخفق الزبد في الخلاط مع البقدونس والثوم وبرش الليمون
- يضاف إلى الخليط البقسماط والفستق الحلبي ويخلط جيداً
- ترفع الريش من الفرن وتدهن بالخليط
- تدخل الريش مرة أخرى إلى الفرن لمدة 15 دقيقة إضافية لإتمام الشوي
- تُخرج الصينية من الفرن، ثم تغطى بورق الألومنيوم، وتترك لتبرد
- يقطع اللحم قبل التقديم بـ 15 دقيقة، ثم تقدم

مسقعة



المكونات

- 4 حبة باذنجان كبيرة

صلصة

- 1 كوب من الحمص المنقوع مسبقاً والمسلوق
- زيت زيتون
- 2 بصلة متوسطة مفرومة
- 10 فص ثوم مقطع إلى شرائح رفيعة
- 12 حبة بنادورة مقشرة ومقطعة
- 2 ملعقة كبيرة من دبس الّرمّان
- ملح وفلفل
- بهارحلو مطحون
- صنوبر مقلي

طريقة التحضير

- يسخن الفرن إلى 205 درجة مئوية (400 درجة فارنهايت)
- يقشر الباذنجان ويقطع إلى شرائح طولية (سمك الشريحة حوالى ½ سم)
- تدهن كل شريحة من الباذنجان بزيت الزيتون من الجهتين
- توضع شرائح الباذنجان في صينية وتدخل إلى الفرن حتى تصبح لون الشرائح ذهبياً من الجهتين
- ترفع الشرائح من الفرن وتترك جانباً
- توضع 2 ملعقة من زيت الزيتون في مقلى كبير ويُقلَى البصل والثوم
- تضاف البندورة ويترك الخليط على النار مدة 15 دقيقة
- يضاف إلى الخليط الحمص والبهارات ودبس الرّمّان
- يترك المقلى على نار هادئة مدة 15 دقيقة لتسبيك الصلصة
- في صحن بايركس توضع الصلصة وفوقها شرائح الباذنجان ثم الصلصة
- يزين الطبق برش بعض من الصنوبر المقلي
- تقدم للأكل ساخنة أو باردة (مسقَّعة)

السّمك المحشي بالـتّبـولة



المكونات

- 1 سمكة من سمك ذئب البحر، أو غيره، مقطوعة إلى نصفين، فيليه، مع بقاء الذيل، وإزالة العظم
- خيط من القطن

الحشوة

- 2 حزمة من البقدونس، مفرومة فرماً ناعماً
- 1 حبة شومر، منزوع لبُّها، تفرم فرماً ناعماً
- 1 بصلة، حمراء، مفرومة فرماً ناعماً
- 1 بُشارة ليمونة ، وعصيرها
- 1 بُشارة برتقالة ، وعصيرها
- ½ نصف كوب من الصنوبر، المحمّص
- ½ كوب من الزيتون الأخضر، المنزوع بزره
- 1 كوب من البرغل الخشن، المغسول، والمنقوع، والمصفّى
- ملح وفلفل أسود
- ¼ كوب من الزُّبد الذائب، غير المملّح، مع بشارة برتقالة واحدة

طريقة التحضير

- يُحمى الفرن إلى 200 درجة مئوية (400 درجة فهرنهايت)
- تُنظف السّمكة، وتنشف بورق مصّاص
- تتبل بالملح والفلفل الأسود
- تمزج مكونات الحشوة جميعها، في صحن
- تحشى السّمكة بالحشوة، بين نصفيها، ويُربطا بخيط القطن، لإبقاء الحشوة في مكانها
- يُخلط الزّبد الذائب، وبشارة البرتقالة، في صحن
- تدهن السّمكة بالزّبد الذائب، البرتقالي الطّعم
  تُوضع السّمكة المحشيّة في صينيّة خَبز، وتُدخل إلى الفرن لطهوها حتّى تنضج (من 20 إلى 25 دقيقة)
- تقدم للأكل ساخنة

ورق العنب، وكوسا بالزّيت



المكونات

- 1 برطمان ورق عنب، مغسول ومُصفّى، ومنزوع منه العُروق
- 10 حبة كوسا صغيرة الحجم، منقورة ومغسولة
- 2 حبّة بطاطا
- 1½ كوب أرزّ صغير الحبّة

الحشوة

- 6 أكواب من البقدونس الطّازج المقطّع
- 1 كوب من النّعناع الطّازج المقطّع
- 12 حبّة بنادورة مقطّعة
- 6 حبة بصل أخُضر
- 2 كوب من عصير اللّيمون
- 1 ملعقة قرفة مطحونة، صغيرة
- 1 كوب من زيت الزيتون
- ½ ملعقة صغيرة من البهارالحلو
- ملح وفلفل

طريقة التحضير

- تُمزج الخضراوات كلُّها، تُتَبلُ، ويُضاف إليها الزّيت
- يُضافُ الأرزُّ إليها، وتُخلط المكوّنات خلطاً جيداً
- يُملأُ ورق العنب والكوسا، بالحشوة
- تُوضعُ شرائح البطاطا في قعر قدر الطّبخ (طبقة أولى)
- تُوضع الكوسا المحشّية فوق البطاطا (طبقة ثانية)
- يُوضع ورق العنب المحشوّ فوق الكوسا (طبقة ثالثة)، ثمَّ يُوضع في القدر، كل السوائل المتبقية
- يُوضع فوق الكلّ، صحن مقاوم للحرارة، حتّى يُمنع ورقُ العنب والكوسا من الطفوِ على العصير
- تُخفّضُ درجة الحرارة، عند غليان العصير، ويُوضع غطاء القدر عليه، ويستمر الطّبخ ساعتين تقريباً

ورق عنب، و كوسا، و ِريَشُ الضأن



المكونات

- 450 غم لحم ضأن (من الفخذ) مفروم
- 1 ملعقة كبيرة من البهار الحلو
- ½ ملعقة صغيرة من القرفة المطحونة
- 2 ملعقة كبيرة من الزّبدة المغليّة
- 2 كوب من أرزّ قصيرِالحبّة، منقوعٍ ومغسولٍ ومُصَفّى
- 1 برطمان من ورق العنب المغسول، تًقطع كلّ ورقة إلى نصفين، ويُزال منها العِرقُ
- 10 حبّات من البنادورة الناضجة، المزالة قشرتُها، والمقطّعة
- 900 غم من لحم ضأن، مُقطّعٍ شرائحَ متساويةً
- 12 حبة كوسا صغيرة، مغسولةً، ومنزوعاً جوفُها
- 2 كوب من عصير اللّيمون الطّازج
- ½ كوبٍ من الماء
- نعناع مجفّف
- ملح وفلفل

طريقة التحضير

الحشوةُ

- يُخلط الأرزّ في وعاء مع الزبدة، الملح، الفلفل، البهار الحلو، القرفة، النّعناع المجفّف
- يُضاف اللّحمُ المفرومُ إلى الخليط، ثُمّ يُقَلَّب باليد، جيّداً
- تُحشى ¾ حبة الكوسا بالخليط، وتُتركُ جانباً
- يُحشى وَرقُ العنب بالخليط، ويُتركُ جانباً
- تُقلى شَرائِحُ اللّحم، بزيتٍ نباتيٍّ، في قِدرٍ كبير، حتّى تَحمَرَّ، ثُمّ تُرفَعُ عن النّار
- يُرشُّ على شرائحِ اللّحمِ، الملحُ، والفلفلُ، والبهارُ الحلوُ، والقرفةُ، والنعناعُ المجفّفُ
- تُوضعُ في القدر، الكوسا المحشيّة، فوق شرائح اللّحم
- تُضاف نصفُ كمّية البنادورة فوق الكوسا، ثم تضاف طبقةٌ من ورق العنب المحشِي
- يُضاف ما بقي من البنادورة فوق ورق العنب، مع رشّ القليل من الملح بعد إضافة كل طبقة
- يُصبُّ عصيرُ اللّيمون والماء في القِدر
- يوضَع صَحن مقاوم للحرارة، وأصغرُ من فتحة القِدر، فوق المحتويات
- يُوضع القِدرُ على نارٍ متوسِّطة الحرارة، ويُتركُ يَغلي مدّة 5 دقائق
- تُخَفّضُ النار إلى حرارة هادئة
- يَبقى غطاءُ القِدر عليه، ويُتركُ على نارهادئة إلى أن تَنضُجَ المحتويات (مدّة 3 ساعات)
- تُطفأ النّار، ويبقى غطاء القِدر عليه مدة ساعة تقريباً
- تُقلَبُ المحتويات في طَبّق عند تقديمها للاكل

برجر ضأن، صغير الحجم



المكونات

- 400 غم من اللحم المفروم
- ½ كوب من البصل المقطّع تقطيعاً ناعماً
- ½ كوب من البقدونس المقطّع تقطيعاً ناعماً
- 1 ملعقة صغيرة من البهار الحلو
- 1 ملعقة صغيرة من القرفة المطحونة
- ½ ملعقة صغيرة من الكزبرة
- ½ ملعقة صغيرة من حب الهال
- ملح وفلفل

طريقة التحضير

- تُمزج المكونات كلّها في وعاء كبير
- تُشكل أقراص برجر صغيرة الحجم، وتُشوى
- تُوضع في أرغفة عربية صغيرة الحجم
- يُوضع فوقها اللّبن بالخيار وجبنة الفيتا، وشرائح البنادورة

دجاج محشوّ، ومشويّ



المكونات

الدجاج

- 1 دجاجة كبيرة، أو اثنتان صغيرتان من دجاج الشّيّ (يفضّل دجاج غذاؤه صحّي)
- زيت نباتيّ
- ملح وفلفل (حسب المذاق)
- 1 ملعقة صغيرة من الفلفل الحلو
- 1 ملعقة صغيرة من القرفة

الحشوة

- زيت زيتون
- 1 بصلة ، متوسطة الحجم، مقطعة تقطيعاً ناعماً
- 225 غم من لحم الضأن المفروم
- 2½ كوب من الأرز القصيرالحبة، والمنقوع، والمصفّى
- 3 أكواب من مرق الدجاج
- 1 ملعقة صغيرة من كلٍّ من القرفة، والبهار الحلو، والملح، والفلفل الأسود
- 4 ملاعق كبيرة من ماء الورد
- ½ كوب من المشمش الجاف، المشرّح
- ½ كوب من كلٍّ من الصنوبر، والفستق الحلبي، واللوز (تم قليها مسبقاً)

طريقة التحضير

- يُحمى الزّيت في مقلى كبير، ويُقلى فيه البصل مدّة دقيقتين، حتّى يذبُل، ثمّ يُضاف إليه اللّحم الّذي يُقلى حتّى يتحمّر
- تُضاف التوابل
- يُضاف الأرز إلى اللّحم والبصل، ويُقلب معه
- يُضاف مرق الدجاج، ويُترك الخليط حتّى يغلي، تُخفّض درجة الحرارة، ويستمر الطّبخ حتى يُمتصّ الماءُ جميعُه (الأرز غير كامل الطّبخ)
- يُضاف ماء الورد إلى الأرز
- يُرفع عن النار، ويُترك حتّى يبرد قبل أن يُحشى الدّجاج بجزء منه
- يُطبخ ما بَقيَ في الحشوة، بإضافة قليل من مرق الدّجاج، ويترك على نار هادئة، مدّة 10 دقائق، ويُقدم للأكل، جانب الدّجاج

خطوات حشو الدجاج

- يُحمى الفرن إلى 205 درجة مئوية (400 درجة فهرنهايت)
- يُغسل الدجاج بالماء، وينشف بورق التّنشيف
- يُوضع الحشو البارد، بالملعقة، داخل جوف الدّجاجة
- يُستعمل خيط خاصّ من القُطن، لربط رجلي الدّجاجة

- تُدهن الدّجاجة بالزيت، باستعمال الفرشاة، وتُوضع التوّابل على الجلد
- يُوضع الدّجاج في صينية التحّمير، ويُدخل إلى الفرن لِطبخه (يَحتاج ذلك لساعة واحدة تقريباً، وللتّأكدّ من ذلك، يُنخزُ اللَّحم بالشّوكة، فإن كان السّائل الخارج، نقياً، خالياً من الدّم، فذاك دليلً على طهي اللّحم
- يُقدم للأكل ساخناً، وإلى جانبه حشو اللّحم والأرزّ، يُكمِلُ هذه الوجبةَ، السّلطةُ واللّبن (الزّبادي) العادي
- تُقدم السلطة، واللّبن السادة، بجانب الوجبة

يخنة باميا باللّحم



المكونات

- 1 كغم من لحم الضأن، مقطّع إلى مكعبات كبيرة
- 20 فصّ ثوم، مشرّحة بالسكين
- ½ كوب من الكزبرة، المقطّعة
- 2 حبة بصل صغيرة الحجم، مشرّحة
- 4 أكواب من الباميا، الصغيرة الحجم، الطازجة (يمكن استعمال الباميا المجّمدة)
- 12 حبة بنادورة، متوسطة الحجم، مقشرة ومفرومة
- 1 علبة (800 مل) من البندورة المهروسة
- 3 ملاعق كبيرة من معجون البندورة
- 1 برش برتقالة
- 1 برش ليمونة
- 1 عود من القرفة
- 5 حبّات من الهال
- 1 ملعقة صغيرة من البهار الحلو
- 2 ملعقة كبيرة من الزّبد المنَقى
- ¼ كوب من الزّيت النّباتيّ

طريقة التحضير

- يُقلى في الزيت في طنجرة كبيرة، أربعة فصوص من الثّوم
- يُضاف ماء بارد، ويُوضع غطاء الطنجرة عليها، وتُترك حتّى يغلّي الماء، تُزال الرغوة الطافية على السّطح
- تُضاف البهارات
- تُغطى الطنجرة، وتُترك على نار هادئة حتّى يُطهى اللّحم، بعد 40 دقيقة تقريباً
- تُضاف البنادورة المهروسة ومعجونها، ويُرفع غطاء الطنجرة عنها، وتُترك على النّار، حتّى يكثف الخليط
- يُضاف برش الليمون والبرتقال
- يُوضع زيت نباتي في مقلى، وتُقلى فيه الباميا، حتّى تصبح القرون مُقرمَشة
- تُرفع من المقلى، وتُوضع على ورق نشّاف، لإزالة الزيت الزائد، ثمّ تُوضع في الطّنجرة مع مرق اللحم، وتُترك على نار متوسطة الحرارة
- يُضاف إلى اليخنة البنادورة المفرومة
- أخيراً، وفي مقلى صغير الحجم، يُقلى بالزُّبد المنقّى باقي الثوم والكزبرة
- يُوضع فوق اليخنة، وتترك لتتسبّك على نار هادئة مدة 10 دقائق، حتى تُدمج النكهات المختلفة مع بعضها البعض
- تُقدم للأكل مع الأرزّ